

## 人気がある厳選したプライベートレッスンメニュー（2品を選択）

### 和食

筑前煮  
豚肉の生姜焼き  
肉ジャガ  
昔ながらの肉豆腐  
ハンバーグ・おろしポン酢  
鶏肉の唐揚げ  
さっくりかき揚げ  
出し巻き卵  
茶碗蒸し  
親子丼  
野菜の炊き合わせ  
カボチャの煮物そぼろあん  
里芋の煮物そぼろあん  
揚げ出し豆腐・きのこあん  
干しエビの野菜炒め  
きんぴらゴボウ  
ヒジキの五目煮  
オカラの五目煮  
ホウレン草の胡麻和え  
ホウレン草の白和え  
海老とアボカドの白和え  
ポテトサラダ  
出汁から作る おまかせ味噌汁  
豚汁  
けんちん汁  
五目炊き込みご飯(炊飯器 or 土鍋)  
ルーでカレーライス  
☆アジフライ・背開き  
☆アジorイワシの竜田揚げ  
☆サバの味噌煮  
☆イワシの梅肉煮  
☆イワシのつみれ汁  
☆明太子とチーズの出し巻き卵  
☆豚の角煮  
☆ブリ大根  
☆カリフォルニアロール  
無料・出汁をとる  
無料・炊きたて白米

### 洋食

チキンハーブソテー  
ハンバーグ・トマトデミグラスソース  
海老マカロニグラタン  
白身魚のアクアパッツア  
アーリオ・オーリオ・ペペロンチーノ  
カルボナーラ  
ナポリタン  
オムライス  
オムレツ  
ビシソワーズ  
ミネストローネ  
パンプキンポタージュスープ  
ポテトサラダ  
☆魚介のパエリア  
☆ロールキャベツ・トマト  
☆パスタ・海老のトマトクリーム  
☆海老クリームコロッケ

### 中華

鶏肉とカシュナッツの炒め物  
黒酢の酢豚  
酢豚・ケチャップ  
ホイコーロ  
麻婆豆腐  
卵とチーズのチリソース  
油淋鶏  
おまかせチャーハン  
あんかけ焼きそば  
生地から作る！ 羽根つき焼き餃子  
市販の皮で！ 焼き餃子  
☆海老のチリソース  
☆牛肉とピーマンの炒め物

### その他

☆ガイ・ガパオ  
(チキンとホーリーバジル炒め+目玉焼き)  
圧力鍋でスパイスチキンカレー  
スパイスを調合してキーマカレー  
無料・ターメリックライス



メニュー



空き状況



アドレス登録用

Pocket Cooking ~

# プライベートレッスンメニュー①(2品を選択して下さい)

## 和食

- 肉**  
 鶏肉の照り焼き  
 鶏肉と里芋の煮物  
 鶏肉と大根の煮物  
 鶏肉のみぞれ煮  
 鶏肉の時雨煮  
 鶏肉の治部煮  
 鶏肉と茄子の南蛮漬け  
 筑前煮  
 豚肉の生姜焼き  
 肉ジャガ  
 昔ながらの肉豆腐  
 ハンバーグ・おろしポン酢  
 茄子を使ってハンバーグ  
 ゴーヤチャンプル  
 カボチャの煮物そぼろあん  
 里芋のそぼろあん
- 魚介**  
 白身魚のホイル焼き  
 アサリとネギの酒蒸し
- 野菜**  
 野菜の炊き合わせ  
 焼き茄子  
 揚げ出し豆腐のキノコあん  
 干しエビの野菜炒め  
 豚肉の野菜炒め  
 キンピラゴボウ  
 ごぼうのキンピラサラダ風  
 レンコンのきんぴら  
 たたきゴボウの胡麻酢  
 揚げ茄子の海老銀あん  
 小松菜の煮浸し  
 野菜の揚げ浸し  
 青菜のお浸し  
 切り干し大根の煮物  
 ふろふき大根  
 ホウレン草の胡麻和え  
 海老とアボカドの白和え  
 ホウレン草の白和え  
 紅白なます  
 ヒジキの五目煮  
 オカラの五目煮  
 手作り豆腐 or 湯葉
- 汁物**  
 出し汁から取る！おまかせ味噌汁  
 シジミ or アサリの味噌汁  
 豚汁  
 けんちん汁  
 かき玉汁  
 スープカレー  
 豆腐と筍のクリーミー味噌汁  
 簡単ふわふわ卵スープ
- 卵料理**  
 出し巻き卵  
 茶碗蒸し  
 伊達巻き  
 親子丼
- 揚げ物**  
 鶏肉の唐揚げ  
 カリカリ手羽先の塩コショウ  
 さっくりかき揚げ  
 ジャガイモのコロッケ  
 パンプキンコロッケ  
 豚カツ  
 串カツ  
 メンチカツ  
 手作りガンモ 海老あん
- 麺飯類**  
 五目炊き込みご飯(炊飯器or土鍋)  
 圧力鍋で作る！玄米ご飯  
 いなり寿司  
 カツ丼  
 三色そぼろご飯  
 鮭のさわやかご飯  
 ルーでクリームシチュー  
 ルーでカレーライス  
 鮭で冷や汁  
 焼きおにぎり  
 たぬきご飯  
 昔ながらのソース焼きそば  
 明太焼きうどん  
 手打ちうどん  
 お好み焼き  
 赤飯  
 たこ焼き
- サラダ・和え物**  
 ポテトサラダ  
 豚肉の冷しゃぶサラダ 胡麻ドレ  
 ジャコとアボカドの豆腐サラダ  
 切り干し大根のサラダ  
 ワカメと魚介の酢の物  
 キャベツの塩ドレッシング  
 野菜の柚子コショウディップ  
 ジャガイモのしゃきしゃきサラダ
- デザート**  
 だら焼き  
 関東風 桜餅  
 水ようかん  
 栗きんとん  
 圧力鍋で作る！白玉ぜんざい  
 白玉抹茶ミルク  
 なめらかプリン  
 昔ながらのプリン  
 お芋とチーズの蒸しパン  
 コーヒーゼリー  
 甘さ控えめなフレンチトースト

## 洋食

- 肉**  
 鶏肉のカチャトーラ  
 チキンのハーブソテー  
 ハンバーグ・トマトソースorデミソース  
 煮込みハンバーグ  
 ホワイトソース・クリームシチュー  
 簡単クリームシチュー
- 魚介**  
 海老マカロニグラタン  
 白身魚のアクアパッツア  
 白身魚の紙包み焼き  
 魚介の香草パン粉焼き
- 野菜**  
 カポナータ  
 ブロッコリーのペペロンチーノ  
 ホウレン草のペペロンチーノ  
 野菜とキノコのエスカベッシュ  
 茄子とトマトのチーズ焼き  
 手作りピクルス
- 麺飯類**  
 アーリオ・オーリオ・ペペロンチーノ  
 パスタ・ポモドーロ  
 パスタ・カルボナーラ  
 パスタ・ペンネアラビアータ  
 パスタ・アマトリチャーナ  
 パスタ・アサリのトマトソース  
 パスタ・アサリの塩味ソース  
 パスタ・ミートソース  
 ナポリタン  
 冷製パスタ・明太ソース  
 シーフードリゾット  
 カボチャのニョッキ  
 ジャガイモのニョッキ  
 シーフードのドリア  
 オムライス  
 トマトのブルスケッタ
- 卵料理**  
 スペイン風オムレツ  
 オムレツ
- 揚げ物**  
 海老フライ・タルタルソース  
 メンチカツ  
 アランチーニ(ライスコロッケ)
- サラダ**  
 オリジナルドレッシングを数品作る  
 ポテトサラダ  
 タラモサラダ  
 シーザーサラダ  
 サラダ・アボカドとベーコン
- スープ**  
 ビシソワーズ  
 コーンポタージュースープ  
 パンプキンポタージュースープ  
 ミネストローネ  
 クラムチャウダー  
 オニオングラタンスープ
- デザート**  
 パンナコッタ  
 ティラミス  
 クレームブリュレ

## 中華

- 肉**  
 鶏肉とカシュナツツの炒め物  
 鶏もも肉で作るチャーシュー  
 鶏肉と卵のピリ辛煮  
 ニラとレバーの炒めもの  
 麻婆豆腐・本格タイプ  
 麻婆豆腐・辛さ控えめタイプ  
 厚揚げと豚肉のピリ辛煮  
 茄子と挽肉の甜麺醬炒め煮  
 ホイコーロー  
 肉団子の甘酢あんかけ  
 酢豚・ケチャップ  
 黒酢の酢豚  
 玉子とチーズのチリソース  
 マッシュポテトのそぼろあんかけ
- 魚介**  
 イカとブロッコリーの明太ソース  
 海老とキノコの粉蒸
- 野菜**  
 青梗菜と揚げ豆腐の塩味炒め  
 白菜のクリーム煮  
 茄子のピリ辛炒め  
 茄子の醤油味なチリソース
- 麺飯類**  
 おまかせチャーハン  
 泡雪ふわふわチャーハン  
 雪菜チャーハン  
 あんかけ焼きそば  
 焼き or 汁ビーフン  
 ジャージャー麺  
 担々麺(温 or 冷)
- 卵料理**  
 ニラと卵の炒め物  
 卵とキクラゲの炒め物  
 天津丼
- 揚げ物**  
 油淋鶏  
 鶏肉の唐揚げ  
 揚げ春巻き  
 揚げワンタン
- サラダ**  
 バンバンジー  
 春雨のサラダ  
 白菜の甘酢
- スープ**  
 海老ワンタンスープ  
 スーラータン  
 簡単中華のコーンスープ
- 点心**  
 生地から作る！蒸したて肉まん  
 生地から作る！小籠包  
 生地から作る！はねつき焼き餃子  
 生地から作る！水餃子  
 市販の皮で！焼き餃子  
 焼売  
 餅米紅白団子蒸し
- デザート**  
 リンゴのぱっすう  
 マンゴープリン  
 杏仁豆腐  
 タピオカミルク



メニュー



空き状況



アドレス登録用

## フライベートレッシュメニュー②(2品を選択して下さい)

### 魚料理・タイ料理・その他

### プレミアム料理 +300円~500円

#### 魚をさばくorさばかない

- ☆鰯(イワシ)か鰯(アジ)を選択 +300円~
- ☆鯛(タイ)を選ぶと+500円~

- 魚の梅肉煮
- 魚の味噌煮
- 魚の煮付け
- 魚のフライ
- 魚の竜田揚げ
- 魚と大葉の揚げ春巻き
- 魚のさつま揚げ
- 魚と野菜の南蛮漬け
- 魚の紙包み焼き
- 魚の照り焼き
- 魚のチリソース
- 魚のガーリックソテー・トマトソース
- 魚をスモークする
- 魚のリエット
- 魚のバーニャカウダ
- 魚のトマト煮
- 魚のアクアパッツァ
- 魚のペンネアラビアータ
- 魚のラグーソースパスタ
- 魚と柚子コショウのパスタ
- 魚のふりかけ
- 魚とヒジキの炊き込みご飯
- 魚で冷やし汁
- 魚のつみれ汁

#### タイ料理

- トムヤムクン (さっぱり・メープロイタイプ)
- トムヤムクン (こってり・ニタヤタイプ)
- トムカーガイ (ココナッツミルクのスープ)
- ヤムウンセン (春雨のサラダ)
- ラーブ・ガイ (お米の粉入り鶏肉のサラダ)
- ケーンガイ (定番レッドカレー)
- ゲーンキョンワーン・ムー (豚肉のグリーンカレー)
- マッサマンカレー (何故か人気世界1位になったカレー)
- パッドマクワァーウ (茄子の炒め物)
- クンオブモーディン (海老と春雨の土鍋料理)
- ホイトード (タイ風お好み焼き)
- カオパット (タイのチャーハン)
- パッタイ (タイの代表的なヌードル)
- オカマンガイ (鶏肉ごはん) モモ肉
- サンカヤ (カボチャのデザート)

#### その他の料理

- 生春巻き
- 圧力鍋でスパイスチキンカレー
- スパイスを調合してキーマカレー
- 無料・ターメリックライス
- 豚肉とキムチの炒め物
- 万能ネギのチヂミ
- ニラの子チヂミ
- 豚キムチ チャーハン
- パリパリ魚介のピリ辛揚げ
- オリジナルドレッシングを数品作る!

#### 肉

- ☆豚肉の角煮
- ☆チキン南蛮・タルタルソース
- ☆牛肉の時雨煮
- ☆鶏軟骨の手作りつくね
- ☆圧力鍋で作る牛丼
- ☆アスパラの肉巻き
- ☆肉巻きアスパラチーズフライ
- ☆レンコンの挟み揚げ
- ☆ロールキャベツ・コンソメ
- ☆ロールキャベツ・トマト
- ☆ミートローフ
- ☆パブリカの肉詰め
- ☆ビーフシチュー
- ☆ミラノ風カツレツ
- ☆牛肉とニンニクの芽のピリ辛炒め
- ☆牛肉とピーマンの炒め物
- ☆角切り牛肉のレタス包み
- ☆ジュー〜! 中華おこげ
- ☆鶏肉とインゲンの甜麺醬炒め
- ☆ホウレン草とベーコンのキッシュ
- ☆すき焼き
- ☆鶏肉と玉ネギの串焼き・アンチョビソース
- ☆梅しそのさっぱり焼き餃子
- ☆小ぶりのチーズ入りメンチカツ
- ☆うま唐ブタキムチ丼
- ☆鶏肉の唐揚げ・さっぱりネギソース
- ☆Sukiyaki 春巻き
- ☆あつあつ牛肉豆腐丼
- ☆トマト肉ジャガ
- ☆出汁から取る! さっぱり塩肉ジャガ
- ☆ポークソテー・青じそソース
- ☆鶏団子の辛味照り焼き
- ☆豚しゃぶ山椒生姜ソース
- ☆ゴーヤ丸ごと1本肉詰め・Wソース
- ☆茄子と挽肉のハサミ揚げ おろしぼん
- ☆鶏肉と卵の燻製
- ☆ユッケジャンスーブ

#### 魚介

- ☆イカと里芋の煮物
- ☆イカと大根の煮物
- ☆鯛の煮付け
- ☆ブリの照り焼き
- ☆ブリ大根
- ☆海老とレンコンの照り焼き
- ☆帆立とキノコのホイル蒸し
- ☆サーモンの昆布巻き
- ☆ちらし寿司
- ☆カリフォルニアロール
- ☆魚介類のタルタル
- ☆海老のアヒージョ
- ☆パスタ・海老のトマトクリーム
- ☆海老クリームコロッケ
- ☆魚介と野菜のフリッター
- ☆海老とアスパラの塩炒め
- ☆海老のチリソース
- ☆魚の蒸し物・黒豆ソース
- ☆海老とピーナッツの炒め物
- ☆イカめし
- ☆明太子とチーズの出し巻き卵
- ☆白身魚の白黒胡麻ソテー+サラダ
- ☆魚介のバターマサラカレー
- ☆ぶりぶりの海老カツ・チリソース
- ☆海老と蓮根の磯辺揚げ
- ☆海老のふんわり落とし揚げ
- ☆白身魚と長芋の柚子南蛮
- ☆白身魚のガリパタ炒め

#### タイ料理

- ☆トムヤムシーフード  
(さっぱり・メープロイタイプ)
- ☆ヤムヌア (牛肉のサラダ)
- ☆ヌアナムトック (牛肉のサラダ)
- ☆ソムタム (青パパイヤのサラダ)
- ☆トードマンブラー (タイ風薩摩揚げ)
- ☆ガイヤーン (鶏の姿焼き)
- ☆ブーパッドボンカレー  
(蟹と卵のカレー味)
- パットパックブーン (空心菜の炒め物)
- ☆ガイ・ガバオ (チキンと  
ホーリーバジルの炒め+目玉焼き)
- ☆オカマンガイ (鶏肉ごはん) 鶏1羽の場合  
カオパットサバロ  
(タイ風パイナップルドライカレー)

#### 麺飯類

- ☆手まり寿司
- ☆握り寿司
- ☆細巻き
- ☆土鍋で鯛めし
- ☆手打ち蕎麦
- ☆パスタ・ベスカトーレ
- ☆魚介のパエリア
- ☆石焼きピビンバ
- ☆ゴルゴンゾーラのリゾット
- ☆キンパ (焼き肉の海苔巻き)
- ☆お月見ロコモコ丼
- ☆駅弁かしわ飯
- ☆栗とキノコのオープンいなり
- ☆タコライス
- ☆おにぎらず・ブルコギ&ハムエッグ
- ☆鶏と根菜とキノコ・パエリア
- ☆彩りそぼろごはん・海老 鶏 卵
- ☆トルコライス  
(ピラフ・ナポリタン・チキンカツ)
- ☆明太あんかけ卵とじうどん

#### その他

- ☆天麩羅盛り合わせ
- ☆餅めんたいの細春巻き
- ☆生地から作る! ピザ・マルゲリータ
- ☆ポトフ
- ☆バーニャカウダ
- ☆ラザニア
- ☆ピリ辛ラトゥイユとチーズ
- ☆手作り生麩 生麩の田楽
- ☆半熟卵と肉みその甘辛ポテサラ
- ☆厚焼き親子まき
- ☆玉ネギのオープン焼き・バルサミコ
- ☆チャブチェ
- ☆鯛のお吸い物
- ☆優しいダシで雑煮
- ☆みたらし団子&きなこ団子
- ☆ゴマ団子

の料理は材料費別途 +300円~500円となります

2019/6/20改正



メニュー



空き状況



アドレス登録用